



# NAVIGATEURICE

## *La boussole de l'équipage*

*Le·la navigateurice prépare les routes, suit la météo et anticipe les décisions de navigation. Ce rôle développe la vision d'ensemble, la planification et la communication des informations essentielles pour que l'équipage comprenne où iel va et pourquoi.*

### **Inspiré·e de Capucine Trochet**

Navigatrice française (née en 1981), aventurière des mers et militante de la sobriété heureuse. Elle parcourt les océans sur de vieux gréements low-tech, sans GPS ni pilote automatique, en quête d'une navigation plus lente et plus consciente.

Autrice de plusieurs récits d'aventure maritime, elle incarne une approche résiliente et poétique de la voile, où l'essentiel prime sur la performance.

### **Cela t'aidera à cultiver...**

#### **La vision stratégique**

Anticiper les conditions et proposer des options.

#### **La pédagogie**

Expliquer clairement les choix de route à l'équipage.

#### **La veille météo**

## Tes missions de Navigateurice

---

### Le matin

- Consulter et partager la météo du jour
- Préparer la navigation avec l'équipage (carte, route, waypoints)
- Anticiper horaires de marées et fenêtres météo

### En navigation

- Faire le point régulièrement avec l'équipage
- Expliquer les décisions de route et les alternatives
- Adapter le plan si la météo ou la fatigue changent

### Le soir

- Valider le mouillage ou la marina avec le la mono
  - Préparer la navigation du lendemain
  - Noter dans le livre de bord le trajet et les décisions
- 

## Questions pour t'aider

---

- Quel est notre objectif aujourd'hui ?
  - Qu'est-ce qui pourrait nous forcer à changer de plan ?
  - Est-ce que tout le monde comprend la route prévue ?
- 

## Transposable à terre

---

### Dans un projet collectif :

Tenir le cap d'un projet, anticiper les obstacles, communiquer la stratégie à l'équipe pour que chacune comprenne la direction et les décisions.

## Pour aller plus loin

---

### Livres recommandés :

- *L'Appel de l'océan* - Capucine Trochet
- *Naviguer en solitaire* - Capucine Trochet

### Vidéo recommandée :